Программа тренинга личной эффективности

«Cаморазвитие ON»

Тренинг направлен на повышение как результативности от поступков и действий, так и качества жизни участников обучающего мероприятия.

Основные цели тренинга

* Обозначить и проработать ситуации, тормозящие развитие участников;
* научиться мотивировать самого себя;
* раскрыть понятие «лидерства», понять как встроить ключевые модели поведения лидера в свою жизнь;
* изучить работающие техники личностного роста;
* получение инструментов по борьбе с ленью и прокракстинацией;
* познакомить с методами полного погружения в индивидуальный личностный рост;
* изучение методов личностного развития для повышения собственных доходов.

Ожидаемый результат: стратегия личной эффективности в бизнесе и в жизни становится простой и понятной.

В результате тренинга участники:

- сумеют составить индивидуальную стратегию повышения личной эффективности;  
- эффективно и быстро смогут ее внедрить;  
- научатся планировать ежедневные дела, вести ежедневник и пр.;

- смогут выбирать цепочку верных действий в период спада мотивации к развитию;

- научатся противостоять влиянию неэффективного окружения, лени, собственного несовершенства и других факторов;

* поймут как значительно улучшить свои результаты по основным жизненным показателям эффективности;
* разберутся с самомотивацией, определят для себя свою ключевую модель мотивации;

- применив несложную стратегию значительно увеличат свой доход.

Используемые методы: тренинг проводится в режиме интенсивного интерактивного взаимодействия ведущего и участников, также используется мини- лекция, игровые методы, индивидуальные задания, позволяющие отработать необходимые навыки, моделирование возможных рабочих ситуаций, кейсы. Презентация и флипчарт помогут выделить важные акценты в лекции.

Продолжительность тренинга: 4 часа

Предусмотрены перерывы: 2 перерыва по 15 минут

Участники тренинга:

Все желающие, предприниматели и их сотрудники, лица, желающие открыть бизнес.

Ключевая идея тренинга: повысить компетентность участников в области личной эффективности, побудить их к непрерывному саморазвитию и увеличению своих доходов, а так же уровня жизни. Внедрение полученных инструментов в повседневную деятельность участников.

Содержание тренинга:

1. Введение, знакомство, определение задач и целей группы.
2. Лекция о мотивации, привычках, лени, личной эффективности и окружении, принципах и стратегиях развития человека в условиях сегодняшней реальности.
3. Обсуждение работающих инструментов таймменеджмента и пути применения их участниками тренинга.
4. WIN-WIN стратегия. Золотые правила развития.
5. Правила и пояснения к ним для грамотной работы участниками после окончания тренинга.
6. Разбор кейсов по теме тренинга.